



Draaiboek

Infrastructuur

Gezonde Wijk

Implementatie in Leidsche Rijn Vleuten de Meern



Partner van  Alles is gezondheid...

Deel 1 Inleiding

Als resultaat van het ZonMw-project 'Implementatie Infrastructuur Gezonde Wijk' is dit draaiboek voor samenwerken aan gezondheid in de wijk vanuit de eerstelijnszorg gemaakt. Huisartsen en gezondheidscentra nemen hierbij het voortouw met ondersteuning van een coördinator Gezonde Wijk. Deze uitgangspositie zorgt voor een sterke samenwerkingsbasis, snelle verbindingen en resultaten, zo blijkt uit het praktijkvoorbeeld Gezonde Wijk Leidsche Rijn, Vleuten de Meern. We hopen dat deze praktische handleiding bijdraagt in de opschaling naar andere wijken en regio's in Nederland.

Dit draaiboek bestaat uit vier delen: (1) inleiding, (2) praktijkvoorbeeld Gezonde Wijk Leidsche Rijn, Vleuten de Meern, (3) stappenplan Infrastructuur Gezonde Wijk en (4) conclusies en lessen.

Bij zorg en gezondheid staat het ondersteunen van het persoonlijke vermogen tot eigen regie steeds meer centraal. Deze ondersteuning is maatwerk, want de ene vraag verschilt van de andere. De laatste jaren wordt in zorg en welzijn een steeds grotere rol toegekend aan het persoonlijke netwerk van inwoners: familie, vrienden, kennissen en burens. Ook in de rol van mantelzorger. En anders dan soms wordt gedacht, is deze visie gestut op beduidend meer dan alleen bezuinigingen, al leiden een ongezonde leefstijl, de toename van chronische ziekten en de vergrijzing nog steeds tot hogere zorgkosten.

Professionals, werkzaam in het sociale domein (zoals sociale wijkteams, jeugdzorgorganisaties, welzijn en sport- en beweegclubs) hebben ook een rol, zeker naarmate het vermogen tot zelfregie minder sterk is. Samen met eerstelijns zorgverleners, die primair verantwoordelijk zijn voor goed toegankelijke gezondheidszorg voor alle inwoners in hun verzorgingsgebied, dragen zij bij aan een positief ervaren gezondheid en welbevinden van de inwoners. Zorg is daarmee al lang niet meer het exclusieve domein van de eerstelijnszorg. Het 'behandelen of beter maken met medicijnen' maakt steeds meer plaats voor het bieden van ondersteuning bij gedragsverandering naar meer participatie en zelf kiezen voor een gezonde leefstijl. Deze beweging 'van Ziekte en Zorg (ZZ) naar Gezondheid en Gedrag (GG)' is landelijk ingezet en is goed waarneembaar [1]. Hierbij is een integrale aanpak nodig, omdat dit blijvende gedragsverandering bevordert. Het is cruciaal voor het versterken van zelfregie dat (gezondheids)professionals in de wijk elkaar kennen en eenduidige adviezen aan inwoners geven, waar mogelijk met eHealth (ICT).

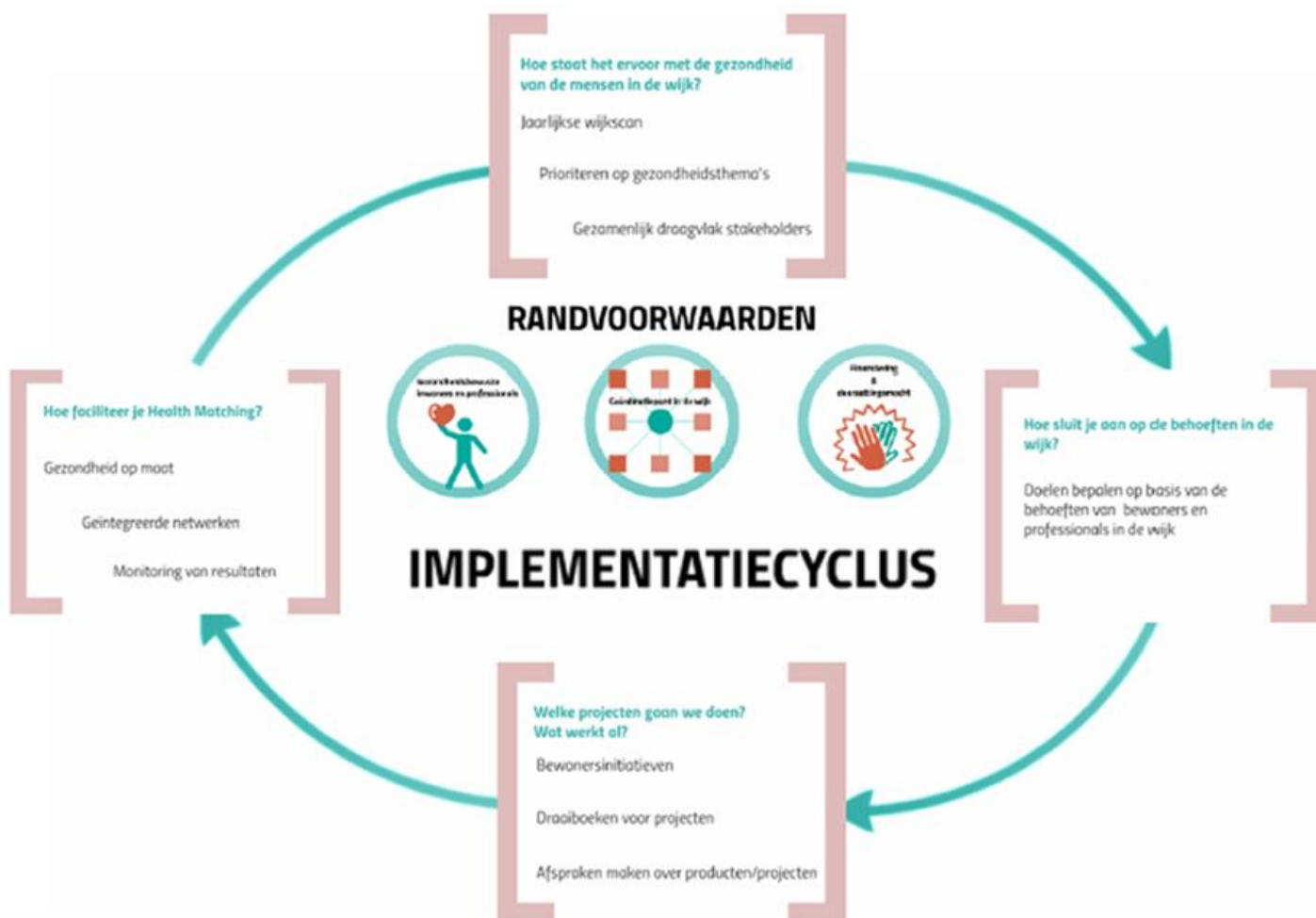
Deze ontwikkelingen vragen om een goede wijkgezondheidsinfrastructuur die optimaal aansluit bij de behoeften van inwoners en bij hun vermogen tot zelfmanagement. Infrastructuur Gezonde Wijk definiëren wij daarbij als alle permanent aanwezige, algemene voorzieningen (fysiek en digitaal) voor gezondheid die gebruikt worden in de wijk. De betrokken partners vormen een (bestuurlijk) samenwerkingsverband en een geïntegreerd wijknetwerk. De behoeften van de 'eindgebruiker' (inwoners en professionals) zijn leidend. Eén gedragen coördinatie- en aanspreekpunt voor die samenwerking in de wijk is hiervoor een onmisbare (f)actor.

De eerstelijnszorg met de huisarts als spil en het gezondheidscentrum als herkenbare locatie heeft baat bij een gestructureerde integrale gezonde wijkaanpak. Het zorggebruik in de eerstelijnszorg kan worden teruggebracht als er hecht wordt samengewerkt met partners in de wijk zoals welzijn, sociale wijkteams, wijkverpleegkundigen en sport- en leefstijlprofessionals. Als de lijnen kort zijn functioneert de buurt als een krachtig sociaal netwerk.

[1] Raad voor Volksgezondheid en Zorg. Van ZZ naar GG. Den Haag; RVZ; 2010
http://www.rvz.net/uploads/docs/Achtergrondstudie_-_van_ZZ_naar_GG.pdf

De Gezonde Wijk is geen samenraapsel van losse projecten en initiatieven. Een **gezamenlijke visie en missie** zijn onontbeerlijk. Alle partners onderschrijven het belang van het door inwoners zelf kunnen verwerven en behouden van een gezonde(re) leefstijl en verbetering van gezondheid en welbevinden. Ze erkennen en hechten aan een aanpak waarbij optimaal wordt uitgegaan van de behoeften, de motivatie en het vermogen van inwoners om zich aan te passen en zelf regie te voeren over hun gezondheid en welbevinden. Dit commitment wordt via een visiedocument, een intentieverklaring of een samenwerkingsovereenkomst bekrachtigd.

Leidraad voor de verdere samenwerking is **de implementatiecyclus Infrastructuur Gezonde Wijk**, ontstaan door samenwerking en kennisdeling vanuit gezondheidscentra in de regio Midden Nederland (Overvecht Gezond, Nijkerk, Nieuwegein, Leidsche Rijn en GezondNL). Deze cyclus bestaat uit 3 randvoorwaarden en implementatiestappen.



De implementatiecyclus Infrastructuur Gezonde Wijk [2] is een dynamisch proces met werkzame elementen voor het realiseren van samenhang in initiatieven en activiteiten in de Gezonde Wijk, door en met inwoners en partners. De implementatiecyclus sluit aan bij:

- de roep in de wijk om meer overzicht en verbinding tussen mensen, projecten en initiatieven op het gebied van zorg en gezondheid.

[2] Prezi 'Infrastructuur van de Gezonde Wijk', https://prezi.com/xqeq7gvoy_g5/wij-denken-vanuit-gezondheid/

- de wens om gezamenlijk keuzes te maken op basis van data, behoeftepeilingen in de wijk, ervaringen met projecten en buurtinitiatieven.
- richting te geven aan nieuwe initiatieven en procesinnovaties (waar mogelijk met de inzet van eHealth) waarbij brede samenwerking noodzakelijk is.

Een wijksamenwerkingsnetwerk kan organisch ontstaan aansluitend bij de energie en keuzes van inwoners en professionals. In elke buurt, wijk, regio spelen verschillende gezondheidsthema's en fasen waarin partners (al) met elkaar samenwerken. Werken met de implementatiecyclus Infrastructuur Gezonde Wijk ondersteunt deze ontwikkeling. Dit met behulp van een gezamenlijke strategie en een praktisch stappenplan, gebaseerd op de 'plan-do-check-act' cyclus.

Daarbij zijn goede randvoorwaarden essentieel. De afgelopen jaren zijn op veel plekken tijdelijke wijkprojecten en (buurt)initiatieven gestart. Deze zijn zelden geborgd, in de zin dat ze onderdeel zijn van een samenwerkingsnetwerk, dat kwaliteit en effectiviteit worden getoetst, dat ze gekoppeld worden via een gemeenschappelijke ICT-infrastructuur of dat er ruimte is in de bekostigingskaders van gemeenten en zorgverzekeraars. Deze randvoorwaarden verdienen extra aandacht, anders kan geen doorontwikkeling van de Gezonde Wijk plaatsvinden.

Doorontwikkeling naar (virtuele) Gezondheidspleinen

Implementatie van Infrastructuur Gezonde Wijk én goede randvoorwaarden voor de Gezonde Wijk maken de doorontwikkeling naar (virtuele) Gezondheidspleinen [3] mogelijk. Het organiseren van de individuele vraag komt dan centraal te staan. Inwoners kunnen op zo'n Gezondheidsplein terecht met (online) vragen over zorg/ziekte, gezondheid en welbevinden. Voor de zorg is het een loket waar snel en goed wordt doorverwezen, de sociale wijkteams zijn aangesloten voor kwetsbare mensen en er is volop ruimte voor participatie en buurtinitiatieven, zeker voor het optimaal organiseren van informele zorg. Ook belangrijk: het (virtuele) Gezondheidsplein heeft één ICT-aanspreekpunt. In de toekomst hopen we dat wijkpartners gebruik gaan maken van één Persoonlijk Gezondheid Dossier en één digitale toegang. Dit naast diverse communicatiekanalen (van de partners) en vele laagdrempelige inlooplekken. Zorg en gezondheid in de wijk zijn voor alle inwoners goed en toegankelijk en er is, indien nodig, een passend aanbod. We staan met de Infrastructuur Gezonde Wijk aan het begin van dit perspectief.

[3] GezondNL, Implementatievisie Infrastructuur van de Gezonde Wijk, 2015, en Poster Wijkgezondheidsinfrastructuur, 2016; <http://www.gezondnl.nl>

Deel 2 Praktijkvoorbeeld Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern (LRVdM)

Hieronder worden de vertrekpositie en de uitgangspunten van de Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern beschreven. In 2015 is in deze wijk gestart met het bouwen van een samenwerkingsnetwerk volgens de implementatiecyclus Infrastructuur Gezonde Wijk. In dit deel komen opzet en resultaten van deze Gezonde Wijkaanpak aan bod. In het volgende deel worden de implementatiestappen toegelicht.

Leidsche Rijn, Vleuten en De Meern zijn snelgroeiende wijken (gezaamenlijk al 60.000 inwoners) met overwegend nieuwbouw en een relatief jonge bevolkingssamenstelling (met uitzondering van de oudere dorpskernen Vleuten en de Meern). Er zijn subwijken met gezondheidsthema's en gezondheidsverschillen die overeenkomen met die in achterstandswijken. Deze subwijken kenden een beperkte inzet van GG&GD Utrecht (nu Volksgezondheid Gemeente Utrecht) en hadden géén Gezonde Wijkaanpak, zoals wel al vijf jaar in de Utrechtse krachtwijken Overvecht, Kanaleneiland en Ondiep.

Voortouw door huisartsen en gezondheidscentrum

Professionals werkzaam in LRVdM wilden gezamenlijk en samen met inwoners de gezondheid in de wijk bevorderen. Een betrokken huisarts, tevens consulent preventie van Leidsche Rijn Julius Gezondheidscentra (LRJG), met 5 vestigingen de grootste eerstelijnsgezondheidsorganisatie in Leidsche Rijn, Vleuten de Meern, zag het ontbreken van een goede verbinding tussen zorg en preventie in de wijk als gemis. Zij heeft met haar collega huisartsconsulenten van CVRM, DM, GGZ en COPD het voortouw genomen om de basis te leggen voor een integrale Gezonde Wijk samenwerking. In eerste instantie betrof dit het project 'Persoonlijke preventie in de wijk' (2011-2013) binnen het ZonMwprogramma 'Op één lijn' [4] [5]. In het kader van dit project is de eerste pilotstudie uitgevoerd met de Persoonlijke Gezondheidscheck vanuit de huisartspraktijk [6]. In aansluiting hierop werden eind 2014 middelen verworven om als Verspreidings- en implementatie Impulsproject (VIMP-project van ZonMw) de borging van het 'Op één lijn' project verder vorm te geven.

Doelen van VIMP-project

Het VIMP-project kende twee doelen: (i) het implementeren en evalueren van een infrastructuur met 'werkzame elementen' voor een sluitende integrale Gezonde Wijkaanpak in de wijk Leidsche Rijn en (ii) nagaan of de cyclus implementeerbaar is naar andere wijken en regio's.

Het VIMP-project is gestart met het aantrekken van een coördinator Gezonde Wijk die samen met de preventiehuisarts vanuit Leidsche Rijn Julius Gezondheidscentra samenwerking heeft gezocht met partners in de wijk. De partners werden benaderd met de vraag of ze vanuit een gezamenlijke visie op het bevorderen van gezondheid in de wijk hun kennis en krachten wilden gaan bundelen. Dit heeft binnen enkele maanden geleid tot een regiegroep, ofwel het samenwerkingsnetwerk Gezonde Wijk LRVdM van 10 partners. Met de wijkpartners is toegewerkt naar een missie, visie en strategie. Deze zijn bekrachtigd via een samenwerkingsovereenkomst met elke partner.

[4] Van den Brekel-Dijkstra K, *Persoonlijke preventie in de wijk. Bijblijven* 2015;31:877-888, DOI:10.1007/s12414-015-0105-2.

[5] Platform Personalized Prevention, *Persoonlijke preventie verbindt en ontzorgt*, 2012, Boom Lemma.

[6] Van den Brekel-Dijkstra K, et al. *Prevention approach with use of a web-based cardiovascular risk assessment with tailored lifestyle follow-up in primary care practice – a pilot study*; *Eur J Prev Cardiology* 0(00) 1–8; 2015. sagepub.co.uk/journalsPermissions.nav DOI: 10.1177/2047487315591441.

Visie

Inwoners van Leidsche Rijn en Vleuten-De Meern zijn in meerdere of mindere mate gemotiveerd en vaardig om hun eigen gezondheid te bewaken en op peil te houden. Het sociale netwerk, de fysieke leefomgeving en professionals om hen heen ondersteunen hen hierbij en dragen bij aan veranderingen die zij zelf willen.

Missie

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten-De Meern wil optimaal aansluiten bij de potentiële kracht en de wensen van inwoners om hun eigen gezondheid en welbevinden te behouden en te verbeteren en hen helpen in het ontwikkelen van vaardigheden om dat zo veel mogelijk zelf te doen. Daarbij hebben we extra aandacht voor kwetsbare inwoners.

Deze missie vraagt om gezondheidsbewuste professionals, die efficiënt samenwerken met elkaar en andere partners van verschillende domeinen op basis van een solide en duurzame Gezonde Wijkinfrastructuur. Gezondheidsthema's en speerpunten in de wijk sluiten zoveel mogelijk aan bij de behoeften van inwoners en professionals en eigen initiatieven/burgerparticipatie. Een beoogd effect van de samenwerking is dat de kosten voor zorg en samenleving betaalbaar blijven.

Strategie

- Met **gezamenlijk draagvlak** van de partners in de wijk ontwikkelen we met behulp van de implementatiecyclus Infrastructuur Gezonde Wijk een duurzame wijkgerichte organisatie, ten behoeve van de gezondheid en welbevinden van inwoners.
- We ontwikkelen door vanuit een **leeromgeving**, zodat sprake is van een organische manier van veranderen: we onderschrijven de visie en de missie van de Gezonde Wijk en stellen tijdens evaluaties en brainstorms de vervolgstappen vast. Door goed te luisteren en te reflecteren, ervaren we wat het oplevert om een gezamenlijk aanpak te hebben. In de huidige context van transities en bezuinigingen is het van groot belang de koers regelmatig te herijken.
- De **samenwerking van partners in de wijk** richt zich op versterken van de verbinding met elkaar in het sociaal-medische domein, elkaar beter kennen en het **samen versterken van inwonersparticipatie en –initiatieven**.
- We werken in een **open netwerkstructuur**, op thema's en via sleutelfiguren, zoveel mogelijk aansluitend bij bestaande activiteiten/focus per domein/organisatie, georganiseerd via een regiegroep en werkgroepen.
- Het principe '**van ZZ naar GG**' is **leidend**. Betrokken partners stemmen de aanpak, het aanbod, de houding van de professionals en de organisatie hierop af.
- **Eenduidigheid in taal en methodiek** leidt tot aantoonbaar effect in gezondheidsbevordering die door professionals wordt geleverd. Daartoe maken we ons onder andere competent in het toepassen van het 4Domeinen-model.[7]

Resultaten

In één jaar tijd is veel bereikt met de partners van Gezonde Wijk LRVdM. In het begin ging veel aandacht uit naar het verkennen en bepalen van de gemeenschappelijke doelen, en het komen tot een eenduidige taal en aanpak en werkwijze. Daarnaast zijn 14 concrete gezondheidsprojecten uitgevoerd om de samenwerking te concretiseren. Voortdurend is de vinger aan de pols van de inwoners gehouden: wat vinden zij en wat hebben zij nodig? Dit is en blijft leidend voor de koers en de activiteiten van het samenwerkingsnetwerk Gezonde Wijk LRVdM.

[7] Het 4D-model - Volte.pdf - Overvecht Gezond! <http://www.overvechtgezond.nl/files/Het%204D-model%20-%20Volte.pdf>

Hieronder staat een overzicht van alle activiteiten, projecten en resultaten in 2015, voornamelijk aangejaagd en deels uitgevoerd door de coördinator Gezonde Wijk.

Gezonde Wijk LRVdM in 2015

1. **Netwerkbijeenkomst vanuit HGNW** (Het GezondheidsNetWerk, ZZP-ers complementaire zorg)
Methodiek: informele ontmoeting, pitches, gesprekstafels voor gezamenlijke plannen.
Resultaten: 60 aanwezigen, veelal zelfstandigen, weinig professionals. Plannen voor Health Challenge, Gezonde Wijkdag, Ouderen, Wijkconnect.
2. **Netwerkanalyse: domeinen en netwerken in de wijk verhelderen, kennismaking partijen, opbouw contacten.**
Methodiek: divers, associatief, bezoeken, internet, netwerkbijeenkomsten.
Resultaat: aanwezige partijen, onderling samenhang of gebrek daaraan wordt helderder. Keuze voor partners regiegroep en andere actief betrokken professionals.
3. **Nulsituatie in de wijk** voorjaar 2015 beschreven, wat betreft netwerkvorming en proces.
Methodiek: (i) Vragenlijst aan regiegroep, samenvatten en aanvullen in eerste overleg regiegroep. (ii) Situatie door coördinator langs de meetlat van de 'Zelfevaluatie' gelegd → hierna werd de startsituatie beschreven, voorgelegd aan de regiegroep en waar nodig aangepast.
4. **Behoeftetepeiling bij stakeholders**
Methodiek: vragenlijst aan contactenlijst van 400 gestuurd, bij nieuwsbrief; tweemaal verstuurd vanwege lage respons.
Resultaat: 26 reacties van 400, weinig inhoudelijke reacties. Vooral zelfstandigen vullen in.
Conclusie: deze methodiek voldoet niet beter dan gesprekken en netwerkbijeenkomsten.
5. **Inwonerspeiling**
Inwoners aanspreken bij gelegenheden waar ze al zijn, bijvoorbeeld moeders op schoolplein, allochtone vrouwen, bezoekers weekmark en hierbij gebruikmaken van 'stickerbord'.
Resultaat: bereik >200 inwoners jonge gezinnen, netwerk professionals, actieve inwoners.
Uitkomsten veel over te verwachten onderwerpen:(op)voeding, bewegen, sport, buiten speel mogelijkheden, maar ook over weerbaarheid, sociale netwerken, stress, ondersteuning bij scheiding, leefomgeving.
6. **Ontwikkeling Regiegroep Gezonde Wijk**
In 2015 is de Regiegroep Gezonde Wijk LRVdM gevormd en vier keer bij elkaar geweest. De regiegroep bestaat uit 10 partners: Leidsche Rijn Julius Gezondheidscentra (vertegenwoordigen vanuit zorg zowel huisartsen, fysiotherapeuten als GGZ), Sociaal Wijkteam (buurteams jeugd en volwassenen), Gemeente Utrecht: 2 Wijkbureaus, en Volksgezondheid (GG&GD en JGZ), Harten voor sport, 2 Welzijnsorganisaties Doenja en Welzaam, 2 Thuiszorgorganisaties Careyn en Rijnhoven, Zorgverslimmingsplatform (inwoners). In april is in de regiegroep gekozen voor focus op subwijk Parkwijk, de doelgroep Jeugd, de thema's gezond gewicht en psychische gezondheid rond scheidingen.
7. **Nieuwsbrief Gezonde Wijk LRVdM**
In 2015 zijn vier nieuwsbrieven verstuurd naar een olopend aantal contacten: uiteindelijk 600 professionals, zelfstandigen en actieve inwoners. Nieuws over de gezonde wijk ontwikkelingen, vanuit partners en over activiteiten in de wijk.
8. **Health Challenge, fit test dagen en Het Gezondste Festival**
Tweemaal in het voorjaar en eenmaal in het najaar is met partners een gezondheidsmarkt georganiseerd, gericht op bewustwording met fittesten, adviezen en zichtbaar maken van initiatieven. Het Gezondste Festival was daarbij het grootst en meest vernieuwend: ervaren, uitdagen, experimenteren rond thema's MOVE, MOOD en FOOD, met 32 partners en 400 bezoekers.
9. **Netwerk Gezond Gewicht Jeugd**
Er was vanuit stedelijk netwerk al een start gemaakt met de ketenaanpak Gezond Gewicht jeugd

en met Jeugdgezondheidszorg als casemanager. Leidsche Rijn gaat samen met Kanaleneiland een pilot uitvoeren; Aandacht voor gezonde leefstijl jeugd bij Avondvierdaagse en voorbereidingen wijkbrede DrinkWater campagne.

10. Diabetes Challenge

Aansluitend bij een landelijk initiatief van de Bas van der Goor Foundation heeft een groep van 15 mensen met diabetes getraind onder leiding van een wandelcoach en partners in de wijk voor een 5-daagse van 8-10 km. Het was een positieve ervaring voor de deelnemers en bracht hen diverse verbeteringen en een mooi voorbeeld van ZZ naar GG. In eerste instantie werden de "Diabetes patiënten" ziektegericht benaderd, en begeleid vanuit de huisartsenpraktijk, met fysiotherapeuten en wandelcoach gestimuleerd steeds meer zelf te kunnen. Nu lopen de mensen zelf, zijn ambassadeurs geworden om wandelen en gezondheid bij buurtinwoners te stimuleren.

11. Koppelkaart

Om elkaar beter te vinden en beter te kunnen doorverwijzen is een 'Koppelkaart' gemaakt: een beknopte lijst van belangrijkste partners/schakels in de verschillende domeinen zoals welzijn, sport, jeugd, senioren, thuiszorg etc. Naast digitale verspreiding is de koppelkaart geplastificeerd verspreid naar ruim 200 professionals.

12. Denktank Scheidingen.

Met Buurteam, Welzijn, Jeugdgezondheidszorg, een advocaat en Julius Gezondheidscentra wordt gewerkt aan plannen om de problematiek rond (v)echtscheidingen bespreekbaar te maken en problemen te voorkomen via een 'voor en door' netwerk voor ouders.

13. Project gezond werken

70 Medewerkers van Leidsche Rijn Julius Gezondheidscentra (60% respons) participeerden in een traject om bewust(er) aan de eigen gezonde leefstijl te werken. Als start werden twee online gezondheidschecks gedaan: Persoonlijke Gezondheidscheck en Mentaal Vitaal. Daarnaast was er een coachingsbijeenkomst om doelen te stellen en kregen deelnemers een polsband met activiteitenmeter.

14. Inspiratie Avond Gezonde Wijk

Voor evaluatie en terugblik op het jaar én sparren over vervolg in 2016 is een Inspiratie Avond georganiseerd in november. De avond was drukbezocht door 120 professionals, zelfstandigen en inwoners. Het 4Domeinen-model, als keuze voor één taal in de wijk, is onder de aandacht gebracht in een workshop. Aan thematafels zijn actiepunten per domein voor 2016 opgesteld.

Snelle verbindingen

Omdat huisartsen en Leidsche Rijn Julius Gezondheidscentra het initiatief voor de samenwerking hebben genomen en er een coördinator Gezonde Wijk beschikbaar was, konden snel verbindingen met de partners worden gelegd en projecten worden opgezet. Zeker met de recente transitie in zorg en welzijn is het van belang dat het medische en sociaal domein elkaar snel weten te vinden en hecht samenwerken. De Gezonde Wijk is nadrukkelijk een netwerk(organisatie).

Ruimte voor ontmoeting en interactie

De coördinator Gezonde Wijk heeft gezorgd voor overzicht en coördinatie. Steeds op basis van de gezamenlijke visie die is vertaald naar gezondheidsthema's in (sub)wijken op basis van analyses, behoeftepeilingen en samen met partners. Er was veel ruimte voor ontmoeting en interactie, er zijn veel activiteiten voor en met inwoners georganiseerd en per gezondheidsthema zijn werkgroepen gevormd vanuit de verschillende partners. De coördinator Gezonde Wijk is dus ook een facilitator van deze ontmoetingen.

Een groeiproces

Met gemotiveerde professionals, sleutelfiguren en vooral inwoners is er een stevig draagvlak gecreëerd voor de Gezonde Wijkaanpak. Hierop kan worden voortgebouwd. De Gezonde

Wijkaanpak is een groeiproces van meerdere jaren en is moeilijk in één project(vorm) in te kaderen.

Toegevoegde waarde komt tot uiting in deelprojecten

De Gezonde Wijkaanpak Leidsche Rijn Vleuten de Meern is nog geen geïntegreerd netwerk voor alle wijkprofessionals en er is ook nog geen sprake van een virtueel Gezondheidsplein. Wel is er een basis gelegd om cyclisch, met behulp van de implementatiecyclus Infrastructuur Gezonde Wijk, hier naartoe te werken. Meer wijkprofessionals, ook huisartsen, zullen aansluiten als zij zelf ervaring hebben met concrete projecten en het effect voor de deelnemers zien. De toegevoegde waarde van de wijksamenwerking komt vooral tot uiting in deelname aan projecten zoals Diabetes Challenge, Gezond Werken en het Gezondste Festival. De selectie van deelprojecten maakt het verschil.

Deel 3 Stappenplan Infrastructuur Gezonde Wijk

In dit deel worden de randvoorwaarden en de stappen uit de implementatiecyclus Infrastructuur Gezonde Wijk uitgewerkt en hoe deze in Leidsche Rijn, Vleuten De Meern zijn toegepast. Deze stappen zijn in een willekeurige volgorde te nemen, want er zijn diverse instapmomenten. Begin daar waar energie is en ga vooral door met wat werkt. Het terugkoppelen van de resultaten naar partners is cruciaal voor de motivatie en verdere koersbepaling.

Startfase: parallel bouwen aan drie randvoorwaarden



Randvoorwaarde 1: Gezondheidsbewuste inwoners en professionals

- Kijk naar de vraag of de aanleiding van waaruit je de samenwerking start: welke urgentie is er, wie deelt dit, waar zit energie?
- Focus op gezondheid ofwel van Zorg en Ziekte (ZZ) naar Gezondheid en Gedrag (GG)
- Communiceer in alle vormen over de aantrekkelijke kant van gezondheid voor draagvlak bij professionals en bewustwording bij inwoners.
- Stimuleer de eigen verantwoordelijkheid voor gezondheid (bijvoorbeeld met de Persoonlijke Gezondheidscheck en andere online beschikbare hulpen voor leefstijl, zoals Thuisarts.nl).
- Ga uit van een nieuwe, brede definitie van gezondheid, met de nadruk op veerkracht.
- Expliciteer en faciliteer verantwoordelijkheden van professionals en inwoners, dit vergroot hun maatschappelijke betrokkenheid en zelfregie.
- Zorg dat inwoners en professionals bekend zijn met de Gezonde Wijk 'look and feel' via events en herkenbare inloopplekken, zet rolmodellen in.

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern

*Tweemaal in het voorjaar en eenmaal in het najaar is met partners een gezondheidsmarkt georganiseerd, gericht op bewustwording met fittesten, adviezen en zichtbaar maken van initiatieven. **Het Gezondste Festival** was daarbij het grootst en meest vernieuwend: ervaren, uitdagen, experimenteren rond thema's MOVE, MOOD en FOOD, met 32 partners en 400 bezoekers.*

Randvoorwaarde 2: Coördinatiepunt in de wijk en samenwerking starten

- Het coördinatiepunt bestaat bij voorkeur uit een 'gezondheidsgerichte arts' (huisarts met affiniteit met het publieke domein en enkele uren inzetbaarheid) en een Gezonde Wijk coördinator (voor organisatie, agendasetting).
- Organisatiekracht zit bij de Gezonde Wijk coördinator, die een aanjaag- en coördinatiefunctie heeft voor het opstarten/voortgang van activiteiten en het optimaliseren van werkprocessen en werkafspraken. Deze persoon vertaalt doelstellingen naar concrete acties en bewaakt de

samenhang en voortgang. Daarbij stimuleert hij of zij de eigen kracht van zowel professionals, inwoners en ondernemers in de wijk en zet deze zoveel mogelijk in.

- Identificeer kernpartners in het sociaal-medische domein: welzijn, sport, gemeente, buurtteam, thuiszorg etc.
- Vorm een netwerkstructuur, bestaande uit een regiegroep met beslissingsbevoegdheid en een ambassadeursnetwerk met relevante stakeholders en werk- en netwerkbijeenkomsten. Sluit aan bij ontwikkelingen/samenwerkingen die er al zijn, bijvoorbeeld rond achterstandswijken, in de eerstelijnszorg en andere samenwerkingsinitiatieven.
- Onderscheid rollen: is er een trekker/ coördinator, wat zijn de rollen van de andere partners? Kies een (voorlopige) structuur van samenwerken. Creëer eigenaarschap en verantwoordelijkheid, commitment aan de hand van een gezamenlijke visie.
- Organiseer korte lijnen tussen professionals en interactie met inwoners, check de relevantie van projecten voor hen.
- Organiseer een (virtueel) loket en sociale kaart met activiteiten en interventies, data- en kennismanagement voor evaluatie.

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern

Het coördinatiepunt was vanuit het gezondheidscentrum georganiseerd, met een coördinator Gezonde Wijk en consulent/ huisarts preventie, volgend op de eerdere wijksamenwerking voor zorg en preventie. De vorming van de regiegroep en het partnernetwerk kwamen goed tot stand. Het delen van het eigenaarschap en verantwoordelijkheid voor concrete projecten bleek lastig, waardoor de coördinator veel zelf ondernam. Voor de toekomstige borging van de Infrastructuur Gezonde Wijk is het van belang het eigenaarschap eerder te delen.

Randvoorwaarde 3: Organiseer financiering en doorzettingsmacht.

- Start met commitment van de belangrijkste partners en startfinanciering: bij voorkeur vanuit strategische partner(s), liefst duurzaam, anders tijdelijk via fondsen of subsidies.
- Sluit aan bij nieuwe opzet financiering van samenwerking in huisartsenzorg (opvolger GEZ).
- Betrek bestuurders van gemeente, zorgverzekeraar en belangrijkste grotere partners en ga met hen een strategische dialoog aan over financiering.
- Organiseer doorzettingsmacht, bijvoorbeeld via de wethouder, bestuurder verzekeraar, (pledge/convenant ondertekenen) en een gezamenlijke visie met bestuurlijke stakeholders.
- Betrek relevante stakeholders en creëer maatschappelijk betrokkenheid, met aandacht voor een goede balans tussen sturing op doelen en aansluiten bij de vraag en energie in de wijk.
- Vraag gemeentelijke ondersteuning en subsidies, voor kwetsbare groepen, welzijnsactiviteiten en voorlichting.
- Publiek-private financiering, organiseer sponsors bij grote evenementen (bijv. banken en ziekenhuis), vrijwilligersorganisaties of instellingen die in natura een bijdrage willen leveren.
- Weet (persoonlijk) waarom je iets doet en wat het maatschappelijk oplevert (Triple Aim).

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern

Naast het ZonMwbudget voor de coördinator Gezonde Wijk hebben partners uit de regiegroep allen bijgedragen in een activiteitenbudget in het eerste jaar van de gezonde wijk. Met het einde van de ZonMwsubsidie in zicht is het nog niet gelukt andere bronnen van financiering voor de coördinator te vinden.

Tot zover de randvoorwaarden, vervolgens een overzicht van de implementatiestappen 'Infrastructuur Gezonde Wijk'

Stap 1: Bepaal de startsituatie, hoe staat het ervoor met de wijkgezondheid

Stap 2: Bepaal doelen samen met inwoners en professionals

Stap 3: Kies projecten en initiatieven

Stap 4: Uitvoering en Health Matching

Stap 5: Nieuwe cyclus en dan doorgaan

Stap 1: Hoe staat het ervoor met de gezondheid van de mensen in de wijk?

Vorm beeld van wijkgezondheidssituatie

- Stel een wijkprofiel op: demografisch, sociaaleconomisch, gezondheid, psychosociaal. Deze kan jaarlijks als 'wijkscan' gepresenteerd worden in een wijkbijeenkomst. Bronnen van gegevens zijn: Volksgezondheidsmonitor en data van gemeente, registraties van zorg (huisartsendata) en zorgverzekeraars (zorggebruik).
- Voer op basis van de gezondheidsthema's in de wijk een strategische dialoog met kernpartners en stel prioriteiten.
- Beoordeel in welke fase de Infrastructuur Gezonde Wijk zich bevindt:
 - Zijn er al gedeelde waarden en doelen?
 - In hoeverre is aan de randvoorwaarden voldaan: gezondheidsbewustzijn professionals en inwoners, coördinatiepunt, financiering?
 - Hoe wordt er nu samengewerkt?
 - Is een sociale kaart beschikbaar?
 - Welke data worden verzameld en gedeeld?
 - Welke communicatiekanalen zijn belangrijk?

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern

Peiling van de startsituatie en behoeften bij partners is gedaan met een korte vragenlijst, afgeleid van de Zelfevaluatie 'Infrastructuur van de Gezonde Wijk'. De 10 leden van de Regiegroep werden gevraagd voor het eerste overleg deze vragenlijst in te vullen, waarvan de resultaten als start en basis van die bijeenkomst werden gebruikt. Vanuit die inventarisatie en gesprekken die daarop volgden, heeft de coördinator de nulsituatie beschreven.

Start met overzicht creëren: wie doet wat in de wijk?

- Onderscheid de belangrijkste domeinen en netwerken in het sociaal-medische domein.
- Identificeer sleutelfiguren en schakels en welke initiatieven lopen er al?
- Stel een sociale kaart op of verwijs naar waar die al bestaat.
- Maak een 'koppelkaart' van schakels, 'linking pins', hubs, belangrijkste personen per domein, die kunnen doorverwijzen naar anderen of hen betrekken.

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern

Er waren in de wijk veel verschillende sociale kaarten op veel verschillende plekken: websites, bestanden, overzichten op papier, wijkagenda, maar er bleef vraag naar. Met de beknopte 'Koppelkaart' waren veel professionals erg blij. Overzichten op websites kunnen gekoppeld worden via een internet 'wijkportaal', waar plannen voor zijn, maar het eigenaarschap is nog onduidelijk.

Kies een focus: wat is belangrijk, 'waar energie op zit'?

- Prioriteer thema's, doelgroepen en/ of buurten met professionals – in een kleine kerngroep/ regiegroep of een wijkbrede bijeenkomst.
- Analyseer focus thema/ doelgroep/ buurt meer in detail
- Inventariseer interesse onder kernpartners voor samenwerking in verschillende projecten/programma's en activiteiten.

- De regiegroep en Gezonde Wijk coördinator vertalen doelstellingen naar concrete acties en bewaken de voortgang. Urgentie is van belang, maar ook aansluiten bij waar de energie en middelen zitten.

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern

Naast de 'wijkscan' was door Volksgezondheid Gemeente Utrecht een analyse gedaan van kansen en problemen in de subwijk Parkwijk, waar relatief veel sociale huur, lage SES inwoners en gezondheidsachterstanden zijn. Na die analyse koos de regiegroep voor Parkwijk als startgebied.

Stap 2: Hoe sluit je aan op de behoeften in de wijk?

Doelen bepalen op basis van behoeften van inwoners en professionals

- Informeer en stem af met inwoners en partners over geprioriteerde gezondheidsthema's en activiteiten; wat sluit aan?
- Inventariseer behoeften en prioriteiten van partners en inwoners:
 - Sluit aan bij bestaande bijeenkomsten, luister, denk mee en vraag naar prioriteiten.
 - Inventariseer gericht via een vragenlijst bij kernpartners.
 - Inventariseer bij inwoners via een 'stickerbord' en gesprekken bij gelegenheden.
 - Nodig inwoners en partners uit een actieve rol te nemen (community mobilisation) of vorm een inwoners adviesgroep.

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern

*Plannen om inwoners te betrekken zijn aangepast: er was de wens een inwonerspanel op te richten van patiënten van de huisarts. In overleg met welzijnsorganisatie en wijkbureau is uit efficiëntie besloten aan te sluiten bij bestaande groepen en settings waar inwoners komen. Dit werd: buurthuis, schoolplein, markt en gezondheidsmarkt, met de methodiek '**Peiling van behoeften met stickerbord**', waarmee met 230 inwoners gesprekken zijn gevoerd. En er was de wens voor een gesprek met inwoners op een inwonersbijeenkomst, dit vond plaats op de gezonde wijk **Inspiratie Avond**, voor professionals en inwoners samen.*

Stap 3: Welke projecten en initiatieven worden gekozen?

Kies met partners effectieve strategieën/ projecten

- Start bijvoorbeeld 2 projecten per cyclus vanuit gezamenlijke keuzes in stap 2.
- Regiegroep partners en gezonde wijk coördinator zijn essentieel voor het opstarten en aansturen werk/projectgroepen en de samenhang.
- Wat is er al en wat werkt? Versterk dat!
- Wat is nodig, wat is er al voorhanden, bv draaiboeken van andere succesvolle projecten?
- Kies, baken af.
- Ontwikkel indien nodig, pas aan.
- Test op kleine schaal, pas aan.
- Focus op SMART-doelstellingen en werk volgens een kwaliteitscyclus plan-do-check-act.
- Zorg voor een projectplan/draaiboek dat overdraagbaar is met werkafspraken.

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern

*De volgende projecten zijn opgezet of doorontwikkeld: **Ketenaanpak Gezond Gewicht Jeugd**: in een samenwerkingsverband met Jeugdgezondheidszorg en partners uit een andere wijk. **Diabetes Challenge**: aansluiten bij landelijk initiatief. **Fittesten en Het Gezondste Festival**: bestaande concepten die in de wijk 'in de smaak' vielen. De **Denktank Scheidingen** is ontstaan doordat*

meerdere partners in de wijk urgentie zagen hiermee aan de slag te gaan en zich een mogelijkheid tot financiering voordeed.

Zorg voor zichtbaarheid, identiteit en vindbaarheid

- Communiceer breed en open over de voortgang en projectactiviteiten.
- Maak een lange termijn communicatieplan voor het professionele netwerk en inwoners.
- Bijvoorbeeld via een-of tweejaarlijkse activiteit of een kwartaal nieuwsbrief.
- Zorg voor digitale PR via een eigen website, via partners en wijkplatforms/agenda's.
- Inloopplekken en 1 loket voor informatie over zorg- en welzijnsactiviteiten zijn belangrijk.

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern

Een Nieuwsbrief Gezonde Wijk is 4 keer verstuurd aan 600 contactpersonen in de wijk. Voor bekendmaking van activiteiten richting inwoners werden diverse kanalen benut: persberichten, huis aan huis bladen, nieuwsbrieven van diverse partners, mailing, flyers en posters, soms huis aan huis verspreid. Een communicatie werkgroep ontstond vanuit welzijn, waarmee stappen gezet zijn voor een communicatieplan en uitvoerders in de wijk. In Leidsche Rijn bleek dit lastig omdat er al verschillende (niet complete) sociale kaarten en interactieve websites voor de wijk zijn. In Vleuten-De Meern is de functie van '1 loket' voor welzijn, (informele) zorg en activiteiten al sterk in ontwikkeling en wordt gebruik gemaakt van www.wijkconnect.com.

Versterk het netwerk en de verbindingen

- Vorm een regiegroep en probeer die zoveel mogelijk zelfsturend te organiseren.
- Per thema vormen partners een werkgroep, denktank of adviesgroep. De thema's hebben raakvlakken met meerdere domeinen (gezondheid, sociaal, welzijn, jeugd en communicatie).
- Bij elk thema is op zijn minst één vertegenwoordiger uit een relevant domein van de gezonde Wijk betrokken. Het 'dominante' domein(en) levert ook de trekker(s). Door te werken met "trekkers-koppels" houd je elkaar verantwoordelijk en scherp. Zo ontstaan kleinere teams in clusters of 'driehoeken'.

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern

In LRVdM is de volgende clustering van domeinen gemaakt:

1. **Medisch-sociaal:** huisarts, wijkzorg (trekkers), buurtteam in samenwerking met sport en welzijn. Doelgroepen: kwetsbare inwoners, mensen met complexe problematiek, senioren.
2. **Jeugd:** JGZ, buurtteam, huisarts (trekkers). Naast het al bestaande project ketenaanpak gezond gewicht, meer samenwerking met onderwijs, ZZP-ers (rond de Watercampagne) en welzijn (in het kader van project "gevolgen van scheidingen").
3. **Inventarisatie van inwonersbehoeften:** welzijn, Buurteams (trekkers), inwonersinitiatieven.
4. **Communicatie, sociale kaart, PR:** aansluiten bij wat er al is in de wijk en van de gemeente (*welkome wijken* en behoeften-inventarisatie). Voor trekkersrol wijkregisseur, welzijn, evt. betrekken bibliotheek.

Stap 4: Hoe faciliteer je Health Matching?

Sluiten de uitgevoerde projecten en interventies goed aan bij de behoeften van de bewoners en komt de zorg op maat ook daadwerkelijk terecht bij de doelgroep? Health matching/persoonlijke preventie is het op basis van individuele behoeften en risicofactoren inschatten van de kans op een ziekte(n) en met passende informatie of (leefstijl)interventies hierop inspelen. Een individu kan zelf initiatief nemen of een (e-)uitnodiging ontvangen om een online vragenlijst in te vullen waarna een persoonlijk gezondheidsadvies volgt. Indien relevant volgt een doorverwijzing naar sport- of leefstijlactiviteiten in de buurt, met behulp van een sociale kaart die een actueel overzicht geeft van

wat er in de wijk beschikbaar is. Dit kan online met de www.persoonlijkegezondheidscheck.nl of face-to-face met behulp van fittesten.

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern

*In het project 'Gezond Werken' hebben medewerkers van Leidsche Rijn Julius Gezondheidscentra geparticipeerd in een traject om bewust(er) aan de eigen gezonde leefstijl te werken. Als start werden twee online gezondheidschecks gedaan: de **Persoonlijke Gezondheidscheck** en **Mentaal Vitaal** en was er een coachingsbijeenkomst om doelen te stellen. Ook kregen deelnemers een polsband met activiteitenmeter.*

Stap 5: Nieuwe cyclus en dan doorgaan

- Monitor prestaties: waren de afspraken realistisch en SMART? Benoem de uitkomsten op procesniveau en participatie.
- Meet vanuit verschillende perspectieven: vanuit bewoner (evalueren patiënttevredenheid) en vanuit zorgverleners (richtlijnen /samenwerkingsprocessen).
- Benchmarken: wat kunnen we leren/delen met andere (gezonde) wijken en regio's.
- Terugkoppeling van prestaties naar partners op jaarlijkse bijeenkomst in de wijk.
- Doorloop de implementatiecyclus Infrastructuur Gezonde Wijk opnieuw.

Gezonde Wijk Leidsche Rijn Vleuten de Meern

*Voor evaluatie en terugblik op het jaar én sparren over vervolg in 2016 is een **Inspiratie Avond** georganiseerd in november. De avond was drukbezocht door 120 inwoners, professionals en zelfstandigen. Het **4-Domeinen model**, als keuze voor één taal in de wijk, is onder de aandacht gebracht in een workshop. Aan thematafels zijn actiepunten per domein voor 2016 opgesteld. Inmiddels zijn de aandachtspunten vanuit de gezamenlijke avond meegenomen voor het jaarplan 2016 met concrete doelstellingen, projecten en initiatieven voor vervolg.*

Deel 4 Conclusies en lessen

Hieronder staan de conclusies en lessen, bedoeld als extra aandachtspunten om (verder) met de Gezonde Wijk aan de slag te gaan. Ze hebben niet alleen betrekking op de wijk, maar ook lokaal, regionaal en landelijk betekenis. Immers, de randvoorwaarden voor een 'Infrastructuur Gezonde Wijk' zijn niet optimaal. Door opgedane kennis nog meer te delen en vooral krachten te bundelen kan deze context veranderen. De lessen worden gebruikt om overheden en zorgverzekeraars te laten zien wat zij kunnen bijdragen.

In zeer korte tijd is in 2015 aan de hand van de implementatiecyclus 'Infrastructuur Gezonde Wijk' in Leidsche Rijn, Vleuten de Meern gewerkt aan een Gezonde Wijkaanpak, gefaciliteerd vanuit huisartsen uit het gezondheidscentra. LRJG Hierdoor konden snel verbindingen worden gelegd en projecten worden opgestart. Met de ervaringen opgedaan in het VIMP-project 'Infrastructuur Gezonde Wijk' staat er een stevige basis voor het vervolg. De volgende stap is de structurele borging door het zelfsturend maken met capaciteit vanuit de partners. De coördinator Gezonde Wijk was onontbeerlijk voor het aanjagen en het organiseren van het samenwerkingsproces en het vormgeven van de regiegroep van 10 partners. We hebben de verschillende rollen van de coördinator hieronder op een rij gezet.

Rol coördinator Gezonde Wijk LRVDM 2015

- **Opzetten van samenwerkingsnetwerk/regiegroep** vanuit verschillende domeinen: eerst door te zoeken naar de juiste sleutelfiguren per domein, daarna het vormgeven van de regiegroep en het voorbereiden en organiseren van de regiegroep bijeenkomsten.
- **Evaluatie en onderzoek:** peilen en beschrijven van startsituatie en evaluatie "infrastructuur gezonde wijk" aan de hand van de Zelfevaluatie [8] en door verschillende gespreksrondes (start, halverwege, eind) zijn de belangen en wensen van partners in beeld gebracht.
- **Ontwikkelen methodiek** en uitvoeren van bewoners behoeftepeiling en terugkoppelen van bevindingen naar regiegroep. Voortgang bespreken met preventie huisarts LRJG en begeleiding vanuit hoogleraar Public Health UMCU, evalueren en vastleggen in een draaiboek en rapport voor ZonMw.
- **Zichtbaarheid in de wijk** voor bewoners en 'het veld'/professionals in de tweede schil: Vanuit verschillende domeinen zijn de netwerken en professionals rond thema's ouderen, jeugd, scholen, informele zorg, beweeg- en sociaal makelaars, bewonersinitiatieven, zzp-ers in beeld gebracht. Er werden verbindingen gelegd en er werd gefaciliteerd om van signalen tot idee → project/ netwerk → plan → uitvoering te komen.
- **Overzicht creëren**, door adresbeheer professionals per domein, door aanbod In kaart te brengen, met een koppelkaart.
- **Communicatie intern en extern:** nieuwsbrieven, PR, pers, Gezonde Wijk 'look and feel' via logo en zichtbare trekker.
- **Organiseren en coördineren van interventies en projecten** samen met andere partners uit de Gezonde Wijk: bijvoorbeeld de Health Challenge dagen, Diabetes Challenge, gezondheidsmarkten, thematische netwerken rond gezond gewicht, scheiding, bewegen en voeding en de jaarlijkse wijkprofiel/inspiratieavond voor professionals en bewoners.

Reflectie vanuit regiegroep na 1 jaar Gezonde Wijk LRVdM

Uit een evaluatie onder de 10 partners van de regiegroep blijkt dat iedereen tevreden is over de versterking van de samenwerking, dat ze elkaar beter hebben leren kennen en dat daardoor signalen en initiatieven sneller en beter uitgewerkt werden. Veel organisaties hebben hun netwerk kunnen verbreden en nieuwe ingangen gekregen. Van de verschillende onderdelen die uitgevoerd

zijn in 2015 waarden de partners het meest de Inspiratie Avond, de Koppelkaart, de Regiegroep en de Diabetes Challenge. Om verschillende redenen: het versterken van de samenwerking, bijdragen aan een gemeenschappelijk doel, het vergemakkelijken van werken aan zelfregie en een gezonde leefstijl en zichtbaarheid.

De gemeenschappelijke visie blijkt na een jaar nog niet door iedere partner volledig omarmd. Er is behoefte aan meer focus en concrete gezamenlijke doelen voor de komende jaren, waarvan de inhoud uiteen loopt. Vanuit de welzijnspartijen en sociale wijkteams blijkt meer zelfregie van de bewoner en versterken van de verbinding sociaal-medische domein van belang. Het gezamenlijke overstijgende doel om de beweging van ZZ naar GG te bevorderen wordt vanuit de verschillende partijen wel gezien, maar nog niet altijd concreet gemaakt. In het eerste jaar lag de focus vooral op het vormgeven van de werkwijze en samenwerking van de professionals, terwijl het doel is vooral de bewoners hiermee te bereiken en met hen in een actieve rol aan bijvoorbeeld verbetering van een gezonde leefstijl te werken. Het leerproces hierin is meedenken, meedoen en loslaten. De regiegroep wordt belangrijk gevonden, maar het eigenaarschap moet worden versterkt.

De maatschappelijke impact van de Gezonde Wijk voor bewoners is in het eerste jaar beperkt gebleven tot kleinschalige initiatieven met effect op gezondheid (Diabetes Challenge) en met deze kleine aantallen nog onvoldoende verschil ten aanzien van ervaren gezondheid of vast te stellen effect op leefstijl en bewustwording. Met bewoners is met de publieksdagen, fittesten en zichtbaarheid in media wel een lijn in gang gezet van inventariseren, input vragen, meedenken en doen, die de partners belangrijk vinden (Inspiratie Avond).

Ontwikkelstrategie rond specifieke thema's

Het netwerk kiest bewust voor een ontwikkelingsstrategie, waarbij op basis van behoeften in de wijk in clusters wordt gewerkt aan specifieke thema's. Het doel is om de actuele en voor de wijk belangrijke thema's in te vullen met partners (in werkgroepen / driehoeken) die qua doelstelling veel affiniteit hebben met het betreffende thema, met een verantwoordelijkheid hierop te acteren vanuit hun eigen organisatie. Een les is dat het ondoenlijk en onwenselijk is om elke partner overal bij te betrekken. Deze thema's hebben vrijwel altijd raakvlakken met meerdere domeinen (gezondheid, sociaal, welzijn, jeugd en communicatie). Bij elk thema wordt op zijn minst één vertegenwoordiger uit een relevant domein betrokken. Het 'dominante' domein levert ook de trekker (bijvoorbeeld voor jeugd: JGZ, buurtteam, huisarts; of voor ouderen: huisarts, wijkzorg en buurtteam).

Verschillende schaalniveaus

Verder is de schaalgrootte een aandachtspunt. Goede uitvoering van de Gezonde Wijk blijkt met een wijk van ongeveer 15.000 inwoners het beste te werken. LRVdM heeft een schaalgrootte van 60.000 inwoners. Overstijgend is de organisatie van de Gezonde Wijk LRVdM op grote schaal ingezet. Het is waarschijnlijk praktischer uitvoerbaar bepaalde projecten te koppelen aan subwijken en buurten (1.500 inwoners). Buurten kennen ook hechtere sociale verbindingen. Die zijn belangrijk voor het (anders) organiseren van informele zorg en participatie. De wijk of een aantal wijken is wel een goed schaalniveau voor grootschalige activiteiten en eHealth-initiatieven. Met moderne communicatiemiddelen kunnen grote groepen inwoners worden bereikt.

Borging en continuïteit

Het belangrijkste aandachtspunt is borging en continuïteit. Het netwerk is afhankelijk geworden van de belangrijke aanjagende functie van de coördinator Gezonde Wijk. Één jaar bleek te kort voor voldoende evenwichtigheid en wederkerigheid bij de verschillende domeinen. We hebben ons georganiseerd via een regiegroep om met gezamenlijke visie en draagvlak projecten op te pakken,

er zijn veel 'zaadjes' geplant, met een aantal waardevolle interventies voor de bewoners in de wijk, waardoor 'Gezonde Wijk' zichtbaar is geworden. Door de fulltime functie en groot enthousiasme van de coördinator, lag het tempo hoog. Voor de ontwikkelingen als het veranderen van de mindset van professionals en het zelfstandig maken met meer eigenaarschap van de betrokken domeinen in de regiegroep is meer tijd nodig. Omdat na het beëindigen van het VIMP-project geen vervolfinanciering beschikbaar is voor de coördinatorfunctie, kan deze niet worden gehandhaafd in 2016. Er wordt gewerkt aan diverse oplossingen: een meer zelfsturend samenwerkingsnetwerk, financiering via een shared savings constructie (health impact) en een regionale gezondheid polis. Het is van belang om tijdig in gesprek te gaan over duurzame financiële ondersteuning voor structurele organisatie voor het verder vormgeven van een wijkgezondheidsinfrastructuur. Denk daarbij aan de doorzettingsmacht van bestuurders, vanuit gemeente of andere investeerders. In Leidsche Rijn zijn we hier te laat mee begonnen, en is het advies liever een facilitator/coördinator Gezonde Wijk voor een langere periode (minimaal twee jaar) met minder uren inzet te hebben, omdat een jaar te kort is voor volledige borging/zelfsturing.

Bouw voort op lokale en regionale initiatieven

Er wordt naar gestreefd om met de input van de professionals (die scherp zien wat inwoners nodig hebben) en in nauwe samenwerking met de gemeente hiaten te identificeren en werkende-weg bij te dragen aan de hoofddoelstelling van de Gezonde Wijk LRVdM. De wens is om nog meer aan te sluiten bij stedelijke en regionale ontwikkelingen en te anticiperen op nieuwe initiatieven en innovaties als Utrecht Healthy Living, U-zelf (in samenwerking met Economic Board Utrecht) en de Volksgezondheidsnota van de Gemeente Utrecht: gezonde stad, gezonde toekomst, gezonde start. In het kader van deze ontwikkelingen zal er verder worden ingezet op het bevorderen van zelfmanagement, leefstijlaanbod en de samenwerking tussen zorgverleners en sport- en beweegaanbieders en partners/organisaties. Leefstijl omvat bewegen voeding, ontspanning en welbevinden. De projecten/acties die hieruit voortvloeien zijn gericht op de transitie van ZZ → GG, met scholing, inzet van slimme, nieuwe tools (eHealth, 4-D model). Verder blijkt er stedelijk al behoefte aan opschaling van aantal van uitgevoerde (community)projecten zoals de Diabetes Challenge en het Project 'Gezond Werken'.

Landelijke samenwerking

Naast de lokale opschaling willen we ook samenwerken met landelijke organisaties als Alles is Gezondheid, RIVM, Pharos en NHG. In het bijzonder noemen we het delen van kennis en ervaringen in GezondNL waar gezondheidscentra en Gezonde Wijken samenwerken aan borging van een wijkgezondheidsinfrastructuur in de bekostigingssystematiek voor zorgverzekeraars en gemeenten en een regionale gezondheid polis.

Bovenstaande lessen zijn extra aandachtspunten voor het verder werken aan de Infrastructuur Gezonde Wijk met partners en inwoners, vanuit huisartsen en gezondheidscentra, waarmee een sterke basis is gelegd voor vergaande samenwerking.

[8] GezondNL, Zelfevaluatie 'Infrastructuur van de Gezonde Wijk', 2015, <http://www.gezondnl.nl/p/36/Zelfevaluatie>